

Surf-Club Mainz 1979 e. V.



SCM Club-Info



2023

Surf-Club Mainz 1979 e. V.

Club-Info 2022



Verbandszugehörigkeit

Stadtsportverband Mainz e. V.
Sportbund Rheinhessen e. V.
Landesportbund Rheinland-Pfalz
Segler-Fachverband Rheinhessen
Landesseglerverband Rheinland-Pfalz e. V.
Deutscher Segelverband e. V.

Vorstand und Mitarbeiter/innen

Vorsitzender	Michael Meckel	Tel.: 06131 / 87489
Stellv. Vorsitzender	Karl-Heinz Berkessel	Tel.: 06131 / 508793
Schatzmeister	Edgar Frohnmeyer	Tel.: 06732 / 62532
Sportwart	Klaus Bail	Tel.: 06131 / 882453
Schriftführerin	Yvonne Manns	Tel.: 06133 / 573932
Jugendwartin	Hannah Manns	Tel.: 06133 / 573932
Gewässerwarte	Tino Stampf	Tel.: 06249 / 5680
	Tino Valtin	Tel.: 06249 / 7542

Homepage	Martin Köller
Facebook	Klaus Bail
Instagram	Sebastian Bail

Redaktion und Gestaltung Sabine Pichl

Beiträge

Heidi Wolcke
Miriam Thomann
Hannah Manns
Sandra Zaun & Tobias Müller
Andrej Oberreich
Klaus Bail
Sebastian Bail
Karl-Heinz Berkessel

Fotos

Heidi Wolcke
Yvonne Manns
Hannah Manns
Sandra Zaun
Dirk Oberreich
Klaus Bail
Sebastian Bail
Karl-Heinz Berkessel

Auflage

500 Stück

Erscheinungsweise

jährlich

Surf-Club Mainz 1979 e.V. – Oppenheimer Str. 84 – 55130 Mainz - Telefon: 06131 / 87489
Mainzer Volksbank eG - IBAN: DE63 5519 0000 0650 2600 11 - BIC: MVBMD333XXX
www.facebook.com/SurfclubMainz - www.surfclub-mainz.de

Neuigkeiten im Club?

Neue Mitglieder

Ganz herzlich begrüßen möchte der Vorstand unsere 27 neuen Mitglieder, die zum 01.01.2023 in den Verein aufgenommen wurden. Wir wünschen allen ein schnelles Einfinden in unser Vereinsleben.

Mit der Neuaufnahme ist unsere Mitgliederzahl wieder auf den Maximalwert von 450 gestiegen. Bei 60 eingegangenen Aufnahmeanträgen, aber nur 27 freien Plätzen konnten auch diesmal nicht alle Aufnahmewünsche erfüllt werden.

Wie schon in den vergangenen Jahren richteten sich die Auswahlkriterien nach dem in unserer Satzung festgeschriebenen Zweck unseres Vereins, der Förderung des aktiven Windsurfsports und der Jugendarbeit.



Herzlich Willkommen!!!



Neues Material

Die anhaltend starke Nachfrage nach unseren Surfkursen hat den Vorstand veranlasst, das Schulungsmaterial um zwei weitere Schulungsriggs (GunSails Burner 3,6 m² und 4,2 m²) aufzustocken und veraltete, weniger geeignete Schulungsbretter durch zwei aktuelle 2023er-Boards (Patrik E-Ride 205) zu ersetzen. Während die Riggs den Verein bereits erreicht haben, werden die Boards im März/April geliefert.



Besuchen Sie das **Energiezentrum Worms**

Erleben Sie Heiztechnik zum Anfassen!

Unser Energiezentrum Worms in der Klosterstr. 22

ist Freitag von 14.00-18.00 Uhr und
Samstag von 10.00-14.00 Uhr geöffnet.

Andere Termine nach

Vereinbarung unter 06247-7401

Wir freuen uns auf Ihren Besuch....



**Klima-Geräte
Klima-Anlagen
zu Top-Preisen!**

- Beratung
- Gasheizungen
- Ölheizungen
- Solaranlagen
- Kaminöfen
- Klimageräte
- Lüftung
- Wärmepumpen



Grasweg 22 • 67591 Mörstadt • Tel.: 06247-7401
www.dirkhartmann.net • info@dirkhartmann.net

Lieber Surfclub Mainz,

gerne möchte ich mich Euch als „Neue“ vorstellen. Ich bin **Miriam Thomann**, fast 49 Jahre reif, lebe in Gonsenheim, habe zwei Kinder und freue mich, meine Leidenschaft an der Bewegung zum Beruf gemacht zu haben.

Als **Diplomsportlehrerin/Sporttherapeutin** konnte ich über viele Jahre Erfahrung im ambulanten Rehasentrum Mainz Mombach / Locomotion sammeln. Dabei war mir die Kombination aus **Haltaufbau** und **Persönlichkeitsentwicklung** wichtig. Während zwei „Auslandsjahren“ in Berlin arbeitete ich, etwas artfremd, als Beschäftigungstherapeutin in einer Seniorenresidenz und habe auch den letzten Lebensweg begleiten gelernt. Seit sechs Jahren bin ich als Sport- und Religionslehrerin in Mainzer Grundschulen tätig, wobei es mir besonders am Herzen liegt, den Kindern die Freude an der Bewegung zu vermitteln. Mal sehen, wohin die Reise noch geht.



„Niemand weiß, was er kann, bevor er es versucht.“ (Publilius Syrus)

Sportlich gesehen bin ich eine **klassische Allrounderin** und in vielen Sportarten zu Hause, bevorzugt **mit Ball**. Mit Snowboard, Skateboard und Surfbrett wurde ich bislang noch nicht so richtig warm. Umso interessierter werde ich Euch bei der nächsten Regatta oder dem Ansurfen zusehen und Euer Spiel mit Wind, Brett und Segel bewundern! Aktiv bin ich im Elternhockey, ich laufe viel, radle (gerne auch MTB), spiele Tennis, liebe im Sommer das Schwimmen, und immerzu die Bergwelt. Wenn irgendwo ein Basketballkorb hängt, bin ich besonders glücklich.

Nach Corona lotste mich dann die Nachfrage einer lieben Nachbarin als **Fitnesstrainerin** zu Eurem Montagssport. Begeistert bin ich von der angetroffenen Truppe, die **Interesse, Vielfalt, Witz, Sportlichkeit** zeigt und wie ich finde, sehr lobenswert, auch die Bereitschaft besitzt, dem inneren Schweinehund konsequent zu begegnen, selbstverständlich **achsegerecht** und **kontrolliert** ...und jede/r wie sie/er kann! Klar, dass körperlicher Abbau und Wehwechen hier keine Chance haben.

Wir achten auf Haltung, die richtige Ausführung, suchen alltagstaugliche Fitmacher, Animal Moves fügen wir genauso ein wie Pilates, Yoga, oder Faszientraining. Wir lieben die Squads, den Flieger genauso wie Plankvariationen und den Käfer. Interessierte allen Alters (!) sind willkommen. Für jede/n ist bestimmt etwas dabei!

Stay healthy und moved!

Miriam Thomann

Erstes Jugendtreffen 2022

Am 15. Mai fand das erste Treffen der Vereinsjugend statt. Wir haben gemeinsam das Material aufgebaut und sind zügig aufs Wasser. Die Windverhältnisse waren okay und man konnte ganz gut surfen. Das Surfen hat bei allen gut funktioniert und wir hatten eine Menge Spaß. Zwischendrin sind wir mit SUP's über den See gepaddelt, bevor wir gegen Abend den Grill angemacht haben. Es war schön, einige neue und vor allem junge Gesichter am See und auf dem Wasser zu sehen.

Auch für das Jahr 2023 ist wieder ein Jugendtreffen geplant und ich würde mich über eine rege Beteiligung freuen. Ein **voraussichtliches Datum** hierfür wäre der **07.05.2023**.

Eure Hannah



Die „Tüte“

Surfen gelernt 1979,

die nächsten Jahre geübt, trainiert, trainiert, geübt

und zwar ab frühem FRÜHLING, über SOMMER, bis spät in den HERBST auf unserem See oder in Holland.

Dickere Trockenanzüge aus Neopren? FEHLANZEIGE.

Gab es Anfang 80 hier noch nicht, kein Google, kein Versand, nur ein paar Läden und die „Boot“.

Long John und Bolero (lange Trägerhose mit Jacke) waren angesagt, Neopren höchstens 3mm dick.

Nass, kalt, frier, frier, frier, besonders nach Beachstart und Wasserstartübungen im tieferen Wasser.

Schlaue Menschen aus der kleinen, aber wachsenden Surfer-Community, vielleicht frühere Segler, kamen auf die Idee, dass man doch mit den Ganzkörpergummianzügen, die beim Segelsport zum drüberziehen üblich waren, drunter trocken und somit etwas länger warm bleiben könnte.

Tja, und dann haben wir einen solchen angeschafft, um nicht immer durch Kälte und Frieren ausgebremst zu werden, EINEN zum Abwechseln für Mutter und Sohn, damals beide etwa gleich groß. **Genervt - liebevoll - abfällig - grinsend** wurden sie „Tüte“ genannt, weil das Material so aussah, als hätte man sich in einer Plastiktüte verpackt. Drunter trug man einen wärmeren Trainingsanzug. Der Einstieg erfolgte über einen breiten wasserdichten Rückenreißverschluss - so wie später bei den moderneren Neoprenanzügen. Dünne, feste, schwarze Gummimanschetten an Hals, Ärmeln und Fußknöcheln sollten Wassereintritte verhindern. Sollten sie! Ich habe es nie geschafft, trocken da raus zu kommen und mir beim Überkopfziehen der engen Kragenmanschette, gefühlt, jedes Mal die Ohren abgerissen. Und wenn mal kein Wasser hineinsickerte, sorgte der Schweiß mit der Zeit für eine unangenehme, kühle Feuchte. Oft musste es auch schnell gehen. Entweder stand der Sohn schon





In vielen weiteren Modellen, dicken, dünnen, farbigen, schwarzen, badeanzugähnlichen, mit kurzen oder langen Beinen/Armen, abgeschnittenen, aufgerissenen, 100 mal geklebten habe ich danach noch gesteckt, mit den verschiedensten Befindlichkeiten beim Surfen. Die Anzüge wurden immer besser und länger haltbar, aber an die Zeit mit der „Tüte“ verbinde ich viele meiner netten, nostalgischen Surferinnerungen.

Heidi

ungeduldig trippelnd da und wollte endlich selbst aufs Wasser oder ich trippelte ungeduldig und an mir herumzerrnd, weil ich dringend aufs Klo musste. In den Anzug zu pinkeln, was man ja sowieso tunlichst vermeiden will, war bei der Konstruktion, mit Trainingsanzug drunter, ein absolutes NO-GO.

Zum Glück ging die Surfanzugentwicklung schnell voran. Die kurze Lebenszeit der „Tüte“, die bei allen Nutzern schnell an den Manschetten einriss, war kaum vorüber, als sinnvollere Neuentwicklungen aus dickerem, schwererem Neopren auftauchten.





FUHRMEISTER

EXCLUSIVE AUTOMOBILE

Robert-Bosch-Straße 7
55129 Mainz-Hechtsheim
☎ 06131 60375-0
willkommen@fuhrmeister.de

Aktuelle Angebote finden Sie unter
www.fuhrmeister.de

35
YEARS
JAGUAR
LAND ROVER

Kamperland - Clubfahrt 2022

Nach zwei Jahren coronabedingter Pause ging es an Christi Himmelfahrt 2022 für den Surfclub wieder in die Niederlande (Kamperland/Veersemeer). Erstmals mit dabei waren Familie Manns, Thomas und ich (Sandra). Die Vorfreude auf das lange Wochenende war groß, da die Windvorhersage gute Bedingungen versprach. Und tatsächlich, wir konnten jeden Tag aufs Wasser, so dass für Erkundungstreifzüge durch die nahe Umgebung und deren Sehenswürdigkeiten fast keine Zeit blieb.



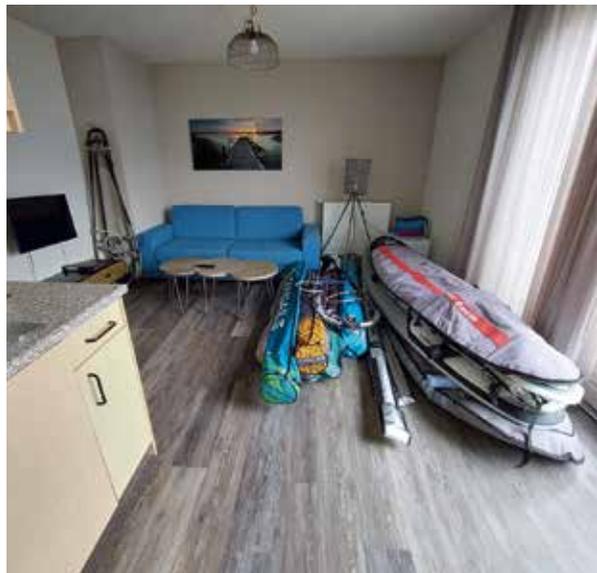
Nach guter Anreise bezogen wir unsere Apartments mit bestem Blick auf das Veersemeer. Das hieß: keine 50 m zum Einstieg und aufriggen direkt vor dem Apartment bei strahlend blauem Himmel! Schon beim Frühstück konnte man über die richtige Segelgröße für den Tag fachsimpeln. Wenn die Windrichtung passte, war es sogar möglich dem Glockenspiel

der Kirche in Veere (auf der anderen Seite des Veerseemee) zu lauschen.

Im Wohnzimmer stapelte sich bei den meisten das Windsurfequipment. Das sollte aber gar nicht schlimm sein, da wir hauptsächlich zum Essen und Schlafen dort waren. Die meiste Zeit verbrachten wir auf dem Wasser oder am Strand.

Die ersten beiden Tage waren für einige von uns zeitweise etwas zu stürmig, sodass wir in den wohlverdienten Pausen dem Können der übrigen Surfer (u. a. unserem Parkmanager) zuschauen durften. Unsere Profis Klaus & Sebastian fuhren an den windstärksten Tagen sogar nach Domburg, um in der Welle zu surfen, während Julian vor Ort dem Sturm trotzte.

Die restlichen Tage boten, bei Sonnenschein, 4-5 Bft und leichter Welle, super Bedingungen zum Üben und Spaß haben.



Julian, Thomas & Klaus auf dem Wasser



Nach dem Sport kam der Hunger. Mike kümmerte sich um den Grill, alle anderen um Salate & Co.



Ein verklemmter Mast konnte, nach zwei Tagen Teamwork, zum Glück wieder getrennt werden.



Samstag vormittags erkundeten Thomas und ich die Gegend, um wenigstens ein bisschen von der Umgebung kennen zu lernen. Zuerst ging es an die Nordsee mit einem der schönsten Strände Hollands, dem Vrouwenpolder Strand.

Anschließend fuhren wir Richtung Norden zum Surf-Hotspot Brouwersdam am Grevelingenmeer. Auch hier war trotz schwachem bis mäßigem Wind an diesem Wochenende einiges los.



Die Windaussichten für den letzten Tag sahen zunächst nicht besonders gut aus. Nachdem Thomas und ich unser Surfmateriale dennoch wieder aufbauten, zogen auch Karl-Heinz und Mike nach. In Richtung Wassersportzentrum gekreuzt, ergatterten wir, zusammen mit vielen weiteren Surfern, soliden Wind und bis zu 1,25 m Welle. Am Ende des Tages wurden wir doch noch mit einer der besten und spaßigsten Sessions der Fahrt belohnt. Nach dem abendlichen Ausklang bei Bier & Wein ging es am Montag für die meisten wieder zurück.



Klaus & Sebastian beim Packen.

Wir hatten eine schöne Zeit und freuen uns schon auf die nächste Clubfahrt im Mai 2023.

Sandra & Thomas



PHYSIOTHERAPIE - Trainingstherapie

Ringstraße 79 - 55283 Nierstein

Tel.: 06133-50479

Physiotherapie

Heike & Ulrich Frinken GbR

- Krankengymnastik
- Krankengymnastik am Gerät
- Manuelle Therapie
- Manuelle Lymphdrainage
- Massagetherapie - Reflexzonenmassage
- Kiefergelenk- & Atlasstherapie
- Hausbesuche

Zugelassen zu allen Kassen, Berufsgenossenschaften & Privat



Parkplätze im Hof

SRT- ZEPTORING®

Stochastisches Vibrationstraining

Radiale Stoßwellen-Therapie

Sportphysiotherapie

Gerätetraining

Kinesiotape

Fascientherapie

Öffnungszeiten:

Mo.: 8:00 - 21:00 Uhr Di.: 8:00 - 19:00 Uhr

Mi.: 8:00 - 19:00 Uhr Do.: 8:00 - 21:00 Uhr

Fr.: 8:00 - 15:00 Uhr

WWW - WindsurfWehWechen

Da gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten dieser WWW, wobei es sich meistens um Hautabschürfungen und Verletzungen des Bewegungsapparates handelt. Man spürt sie direkt bei einem Sturz oder als Überbelastungserscheinung nach dem Surfen. Aber im Vergleich zu anderen Sportarten sind Verletzungen beim Surfen eher selten.

Ich möchte Euch aber hier zwei spezielle Probleme vorstellen, die man nicht unmittelbar spürt. Sie bauen sich langsam auf und machen sich hinterhältigerweise für den begeisterten Windsurfer erst nach einer ganzen Reihe von intensiv durchsurften Jahren bemerkbar:

Surfers Eye und Surfers Ear

heißen wirklich so. Es sind Fachbegriffe und an bekannten Wellen- und Windsurfspots, zum Beispiel in den USA, gibt es auf diese Probleme hochspezialisierte Augen- und Ohrenärzte.

Surfers Eye heißt auf lateinisch PTERYGIUM, auf deutsch FLÜGELFELL. Es handelt sich um eine gutartige Gewebewucherung, ausgehend von der Augenbindehaut. Auf dem Auge ist es zu sehen als Fleck, Hautverdickung oder weiße Eintrübung. Meist verursacht es keine Beschwerden, manchmal reizt es das Auge oder beeinträchtigt das Sehvermögen. Die gutartige Bindehautveränderung wächst normalerweise ausgehend von der Nasenseite des Auges in Richtung Augenmitte.

Selten sind die Beschwerden so stark, dass operiert werden muss, was dann aber leider nicht so einfach ist.

Wie kam es zu dem Namen? Man geht davon aus, dass bestimmte Reize die im Leben eines Windsurfers/Surfers ständig vorkommen, die Auslöser sind: Einwirkung von hellem Sonnenlicht, Wind und staubige oder trockene Luft.

Die gute Nachricht ist, dass das **Surfers Eye** sehr lange braucht, um zu entstehen. Also, Ihr lieben Intensivsurfer, wenn ihr rechtzeitig vorbeugen wollt, dann ab jetzt möglichst oft eine gute Sonnenbrille (100% UV-Schutz) tragen, augenbeschattende Mützen/Hüte und mit Augentropfen(künstliche Tränen) die Augen feucht halten.

Übrigens ist die Vorbeugung für Mädels besonders wichtig, da ihre Pupillen weiter sind und mehr schädliches UV-Licht durchlassen.

Surfers Ear heißt GEHÖRGANGSEXOSTOSE, es handelt sich um Knochengewebe, das an mehreren Stellen tief im äußeren Gehörgang entsteht. Die Wahrscheinlichkeit, davon betroffen zu sein, ist in unseren Breiten eher gering, denn besonders sehr kaltes Wasser kann dieses Problem auslösen und natürlich wieder die Länge der Lebenssurfzeit.

Es fängt eher unauffällig an. Wenn Meerwasser aus dem Gehörgang nicht gut abfließt und das Auftreten von Außenohrentzündungen begünstigt, ist dies der Auslöser. Treten diese Entzündungen gehäuft auf, führen sie zu den erwähnten Knochenwucherungen. Sollte zunehmender Hörverlust dazu kommen, ist jetzt spätestens der Gang zum Spezialisten angesagt. Schlimmstenfalls muss das Problem operativ behoben werden. Kaltwassersurfer sollten sich daher zur Vorbeugung frühzeitig in ihrer Lebenssurfzeit mit individuell angepassten Ohrstöpseln schützen.

Wer sich für das Thema interessiert, der kann es im Internet vertiefen. Ich fand den Internetauftritt eines surfenden Arztes recht hilfreich und interessant. Mit den folgenden Links kommt Ihr direkt auf die jeweiligen Seiten:

[Surfers Eye - Wie Sonne und Wind Deinen Augen zusetzen \(surf-arzt.de\)](http://surf-arzt.de)

[Surfers Ear - Wie kaltes Wasser deinen Ohren schadet \(surf-arzt.de\)](http://surf-arzt.de)



- **Skisport**
- **Tennis**
- **Outdoor**
- **Running**
- **Sportmode**
- **Teamsport**

Das Sportfachgeschäft
in Mainz-Ebersheim
mit eigenen Parkplätzen

Unser Service für Sie:

- Skiservice in eigener Werkstatt
- Individuelle Skischuhanpassung
- Skiverleih
- Besaitungsservice
- Testschläger
- Wanderschuh Anpassung
- Kompetente Beratung durch Fachpersonal

 /skiundsportprofis
www.skiundsportprofis.de

Warum macht Ihr einen Windsurfkurs?

Die Surfkurse des Vereins sind total nachgefragt und es macht mich neugierig zu erfahren, was einige Teilnehmer so bewegt, speziell Windsurfen lernen zu wollen.

An einem Wochenende, das sechs Lernende buchten, frage ich am zweiten Kurstag einfach mal nach. Es handelt sich um ein Ehepaar mit Sohn und einen Vater mit zwei Söhnen.

Von ersteren erfahre ich, dass die älteren Söhne letztes Jahr schon hier einen Kurs gemacht haben. Der Sohn, der dieses Mal dabei ist, erzählt, wie gut ihm das letztes Jahr schon allein beim Zuschauen gefallen hat und gestern fand er es für sich selbst auf dem

See dann auch ganz toll. Die Mama surfte vor Jahren als Teenager schon mal, hat also Vorerfahrung, was man ihr auf dem Wasser auch ansieht. Von Bekannten erfuhren sie, angenehm überrascht, von der Möglichkeit, dass man hier beim Surfclub auf einem See Kurse machen kann. Ein starkes Motiv für die Familie ist, dass man gelegentlich noch zusammen etwas unternehmen möchte und man findet, dass sich das Surfen, gerade für die drei Jungens, dafür sehr eignet. Außerdem, ergänzen die Eltern, ist Surfen umweltfreundlich, man muss sich mit den Kräften der Natur auseinandersetzen und - nicht zuletzt - man kann auch baden.

Dem anderen Papa und seinen zwei Teenager-Söhnen, hörte ich schon total beeindruckt zu, wie sie zweisprachig locker von einer Sprache in die andere switchen. Auf die Frage, warum sie sich zum Surfenlernen entschieden haben, grinst der Vater fast ein bisschen verlegen und „gesteht“, dass er in der Nähe des Windsurf-Eldorados Gardasee aufgewachsen ist. Seine ganze Jugend lang hat er dort die Surfer beobachtet und bewundert, immer mit dem Gedanken, das auch lernen zu wollen. Nun sagt er: „Es hat eine Weile gedauert, aber jetzt hat es endlich am Elisabethensee geklappt.“ Die Söhne hat er auch gleich mitgebracht. Auch er blickt mit seinen Jungen zufrieden auf den gestrigen Tag zurück.

Sonntag früh gibt es noch eine Lerneinheit, dann folgt die Surfscheinprüfung, die alle locker bestehen.

Am Nachmittag frischt der bis dahin eher verhaltene Wind böig auf und alle gehen zum freien Üben wieder aufs Wasser. Ich bin gespannt, wie es jetzt unter den anspruchsvolleren Windverhältnissen weitergeht und bin als Beobachterin am Ufer echt überrascht: Das sieht richtig gut aus, man sollte nicht glauben, dass fast alle gestern zum ersten Mal auf dem Brett standen! Die Gruppe kommt etwas müde, aber hochzufrieden vom Wasser. Sie äußern Interesse an weiteren Übungsmöglichkeiten und werden von Sportwart Klaus und Sohn Sebastian über das Freitagstraining informiert, auch über die Möglichkeit in den Verein einzutreten.

Alles Gute! Hals- und Gabelbaumbruch!

Heidi







Als Coach und Trainerin unterstütze und berate ich:

- **Privatpersonen** in allen beruflichen Themen und Fragen, sowohl bei Bewerbungen, persönlicher Orientierung als auch bei Führungsfragen
- **Unternehmen** mit individuellem Führungscoaching, zielgerichteten Trainings und Workshops

Gemeinsam gehen wir auf Ihren Bedarf und ihre Themen ein.
Ich freue mich auf Sie!

INES IRION-BAIL

Dipl. Kauffrau

0176 6448 2526
ines@irion-bail.de
www.irion-bail.de

Management- & Personalentwicklung
Beratung - Training - Coaching

Andrejs Windsurf-Foiltraining in der Türkei

Alles begann bei uns zu Hause vor dem Haus als wir mein Foilboard, gut verpackt samt Rigg, ins Boardbag legten. Zuvor hatte mein Vater extra einen älteren Mast abgesägt, damit wir auch ein komplettes Rigg im Boardbag transportieren konnten.



Wir wollten vor Ort unabhängig sein, denn wir wussten nicht, welches Material man ggf. am Strand von Calis ausleihen kann.



Den Foil-Mast sowie die Füselage legten wir auch ins Boardbag. Die anderen Sachen, wie zum Beispiel den Front/Backwing, die Schrauben, den Surfbent, Helm, Neopren, usw., verteilten wir in unseren Koffern.

Am nächsten Tag brachten wir mein Foilboard zum Sperrgepäck und um 14:30 Uhr startete unser Flugzeug in Richtung Türkei.

Dort angekommen, wurden wir von einem kleinen Bus, den meine Eltern extra wegen des Boards organisiert hatten, bis zum Hotel Jiva Beach Resort in der Nähe von Fethie gefahren.

Im Hotel mussten wir zunächst feststellen, dass wir ein Zimmer im zweiten Stock ohne Aufzug gebucht hatten. Freundlicherweise erlaubte uns die Rezeption, das Board erstmal im abgeschlossenen Kofferraum des Hotels zu lassen. Nach drei Tagen durfte es dort nicht mehr abgelegt werden. Aber wir hatten Glück, denn die Mitarbeiter des Hotels waren einverstanden, dass wir das Bag für den Rest des Urlaubs im Flur des Erdgeschosses unter der Treppe lagern konnten. Von den zwei Dachterrassen hatten wir einen wunderschönen Blick aufs Meer und die gesamte Bucht.





Mein Segel konnten wir bei der hoteleigenen Surfschule am Strand lassen.

Diese sehr kleine Station hatte nur Anfänger-Material, aber ca. 800 Meter rechts davon gab es noch eine zweite Station, die wesentlich mehr Auswahl bot.

Die Bedingungen an diesem Spot sind optimal für das Windfoilen. Der Strand von Calis ist zwar steinig, aber keine Sorge, die Steine sind nicht spitz, es ist eher runder Kies.

Sobald man ins Wasser steigt ist der Boden feinsandig ohne Steine oder andere Hindernisse.



Jeden Tag gibt es dort von ca. 11:00 bis 17:00 Uhr vier bis fünf Windstärken. Die Wellen sind ungefähr einen halben Meter hoch, der Wind ist fast täglich voll aufländig.

In den zwei Wochen war ich jeden Tag auf dem Wasser und trainierte die durchgeflogene Foilhalse. Auch das kontrollierte (gefühlte) kilometerlange Geradeausfliegen ohne touchdown konnte intensiv geübt werden.

Abschließend kann ich nur sagen, dass es ein super Familienurlaub war, bei dem ich bei fantastischen Foilbedingungen perfekt trainieren konnte.

Ich kann den Spot zum Windfoilen ohne Einschränkungen empfehlen.
Hang Loose



RE-THINK
Our journey to sustainability



- 10 %

**AUF ALLE GUNSAILS
SEGEL 2023**

**E X K L U S I V
FÜR SURF-CLUB MAINZ
M I T G L I E D E R**



RABATTCODE: SCM10

Gültig bis 31.10.2023

Nicht kombinierbar mit anderen
Aktionen.

GUNSAILS.COM



JOIN THE FAMILY.
GUNSAILS.COM



GUNSAILS

portugall

TV-Multimedia-Service GmbH

Reparatur, Installation und
Service von TV-Geräten und
Satellitenanlagen

Reparatur und Wartung von
Kaffeefullautomaten

Am Hemel 13 · 55124 Mainz

Öffnungszeiten: Mo - Do: 8⁰⁰-17⁰⁰ Uhr und Fr: 8⁰⁰-15³⁰ Uhr

Tel.: 06131/673636 · Fax: 06131/946736

E-Mail: info@portugall.de · Internet: www.portugall.de

Sportlicher Rückblick 2022

Die Surfsaison an unserem See begann bereits im Januar. Einige „Eisheilige“-Surfer konnten die Wintertemperaturen und das kalte Wasser nicht abschrecken, die ersten windigen Tage an unserem See auszukosten. Dafür wurden z. T. mehrere Neoprenanzüge übereinander, Wollsocken in Plastiktüten in Neoprenschuhen und Wollhandschuhe unter Spülhandschuhe angezogen, um den eisigen Temperaturen zu trotzen. Hut ab! Ihr seht, was möglich ist.

Wettkampfsurfen

Techno 293 und Raceboard

In der Saison 2022 gingen für den SCM zwei Teams an den Start. Ein Nachwuchsteam in der U17-Techno Klasse mit Andrej und Felix und ein Jugend-Raceboardteam mit Hannah, Julian und Sebastian.

Beide Teams konnten sich bei den Qualifikationsregatten in Paderborn, Bostal- und Auesee für das Bundesligafinale am Dümmer qualifizieren. Hier belegte das Techno-Nachwuchsteam einen hervorragenden 3. Platz und das Jugend-Raceboardteam gewann die Deutsche Meisterschaft U23.



Funboardsurfen

Auf den kleinen Funboards gingen Andrej, Steven und Sebastian in verschiedenen Disziplinen an den Start.

Andrej nahm beim Saar Surf Cup (Bostalsee) zum ersten Mal an einer Windfoil-Regatta teil und belegte in der U15 auf Antrieb den 1. Platz.

Für Sebastian und Steven begann die Saison mit einer Slalomregatta dem „Racer off the lake“ am Steinhuder Meer. Hier konnte Sebastian die Jugendwertung gewinnen und die Gesamtwertung mit einem 5. Platz knapp vor Steven (6. Platz) abschließen.

Bei den im Juni und Oktober stattfindenden Danish-Open in Klitmöller wurde Sebastian überraschend dänischer Vizemeister in der U20 Freestyle-Wertung.



Die Teilnahme an beiden PWA Youth Wave World-Cups in Pozo (Gran Canaria) und in Klitmöller waren für Sebastian das Highlight der Saison. Am Jahresende belegte er einen 7. Platz in der U20 Wave Weltrangliste.

Vereinsregatta

Im September richtete der SCM unsere offene Vereinsregatta aus. 12 Teilnehmer, darunter zwei Surfer vom Surf Club Bobenheim-Roxheim, bildeten das Starterfeld. Bei sehr guten Windverhältnissen konnten fünf Wertungsläufe durchgeführt werden, die für alle Teilnehmer eine Herausforderung waren. Wie gewohnt wurde mit einem Le-Mans-Start und einem 50 m-Sprint über den Strand gestartet. Regattaerfahrene mussten den Dreieckskurs zweimal, Surfanfänger und Nachwuchsfahrer je einmal umrunden und mit einem kurzen Zielsprint über den Strand zur Zielglocke den Lauf beenden. Wie immer stand natürlich der Spaß an erster Stelle.

Folgende Vereinsmeister wurden ermittelt:

- Jugend männlich: Andrej Oberreich
- Jugend weiblich: Hannah Manns
- Damen: Yvonne Manns
- Herren: Julian Meckel



Allen Wettkampfsurfern herzlichen Glückwünsch für Ihre Erfolge, macht weiter so!



Freitagssurftraining

Mit großem Zuspruch konnte von Mai bis September, wenn es die Windverhältnisse zuließen, wieder unser Freitagssurfen für Aufsteiger stattfinden. Erfahrene Surfer geben hier gerne Tipps.

Wer Interesse hat, kann sich unter Sportwart@surfclub-mainz.de mit Eurer Whats-App

Nummer melden. Ihr werdet dann informiert, wenn andere am See surfen bzw. wieder Training stattfindet.



Sonstiger Sport Volleyballturnier

Im September kämpften fünf Mannschaften in unserem traditionellen Volleyballturnier um den Sieg. Am Ende konnte sich der TV-Laubenheim vor dem Vorjahressieger „Baller die Waldfee“ als Gewinner feiern lassen. Die Mannschaft des SCM belegte einen hervorragenden 3. Platz vor den Teams von „1817“ und „den Besten“.

Surfkurse

Auch in 2022 konnten wir im Sommer fünf ausgebuchte Surfkurse erfolgreich durchführen und über 30 neue Anfängersurfscheine ausstellen. Vielen Dank an unsere Surflehrer und Helfer.

Montagssport

Außerhalb des Wassers sorgt unsere neue Trainerin Miriam mit ihrem allgemeinen Fitnessstraining (montags in der Sporthalle der Mainzer Peter-Jordan Schule) dafür, dass wir gesund bleiben und nicht einrosten. Alter und Surfkenntnisse spielen hier keine Rolle.

Speed Challenge

Wie in den vergangenen Jahren, wurde auf unserem See an windreichen Tagen wieder richtig Gas gegeben.



In diesem Jahr ging die Speedwertung an Heiner.

SCM-Speedchallenge Wertung 2022

Rang	Top-Speed [km/h]	Windsurfer	Datum
1	47,81	Heiner Maletton	04.04.2022
2	45,93	Martin Köller	04.04.2022
3	40,68	Thomas	19.03.2022
4	35,7	Klaus Bail	07.04.2022
5	34,7	Dirk Hartmann	21.02.2022
6	32,65	Michael Meckel	07.04.2022
7	19,9	Sandra Zaun	07.04.2022

Saisonabschluss am 31.12.2022

Die gleichen unerschrockenen „Eisheiligen“, die im Januar die Surfsaison begannen, haben an Sylvester die Saison bei guten Surfbedingungen mit einem gemeinsamen Absurfer und anschließendem Glühwein an unserem See beendet. Respekt und weiter so!

Ich bin auf unsere sportlichen Aktivitäten in 2023 gespannt.



Euer Sportwart Klaus

Wettkampftermine 2023

- 29.-30.04.2023: Saarcup Bostalsee
- 06.-07.05.2023: Rheinland-Cup Zülpich
- 13.-14.05.2023: Padercup
- 02.-03.09.2023: Ausee-Cup
- 22.-24.09.2023: Buli-Finale
- 30.09.-03.10.2023: IDJM Wittensee



ZUM SILIUSSTEIN

SPORT- UND FESTHALLE

Deutsch - Italienische Küche

Öffnungszeiten

Dienstag - Samstag:
17:30 - 22:30 Uhr

Sonntag und Feiertags:
11:30 - 14:00 Uhr
17:30 - 22:30 Uhr

warme Küche bis 22:00 Uhr

Montag ist Ruhetag

06133 - 704 11

Saarstraße 37
55276 Dienheim

Inh. Salvatore G. Prinselpato

- ❖ Große Aussenterrasse im Sommer
- ❖ Moderne Kegelbahn
- ❖ Extra-Saal für (Familien-) Feiern



Sebastian Bail: Meine Saison 2022

Neben der erfolgreichen Raceboard-Saison gemeinsam mit Hannah und Julian ging ich dieses Jahr erneut bei Wettkämpfen auf den kleinen Funboards für den Surf-Club Mainz an den Start.



Saisonstart war für mich Ende April auf dem Slalombrett beim „Racer off the Lake“ am Steinhuder Meer. Die entspannte Tagesregatta bei frischen Temperaturen wurde von viel Wind gesegnet. Dieser spielte mir in die Karten, sodass ich die Jugendwertung gewinnen und auch im Männerfeld einen fünften Platz einfahren konnte.

Weiter ging es im Mai mit den „Danish Wave Open“ bei denen leider aufgrund der schwachen Bedingungen nur Spaßwettkämpfe durchgeführt wurden, also keine offiziellen Wertungen stattfanden.

Das nächste Ziel hieß Gran Canaria, um mit zwei guten Freunden zu trainieren und am anschließenden „Youth Wave Worldcup“ teilzunehmen. Wir hatten zwei super Trainingswochen mit großartigen Bedingungen. Pünktlich zum World-Cup verließ uns leider der Wind, sodass wir nur eine Single Elimination (Hinrunde) durchführen konnten, bei der ich früh gegen einen starken Brasilianer ausschied. Die Zeit war dennoch super lehrreich und ich war bereit viel Gelerntes bei den letzten zwei Events des Jahres im dänischen Klitmøller anzuwenden.

Zunächst ging es zum Youth Worldcup,



welcher bei exzellenten Bedingungen mit bis zu acht Windstärken und bis zu sechs Meter hohen Wellen stattfand. Es war ein grandioser Wettbewerb und am Ende bin ich mit meinem 7. Platz in der Jahresweltrangliste der U20-Kategorie zufrieden. Der zweite Wettbewerb, die „Danish Open“, brachte leider wieder keine Wave Bedingungen, aber es reichte, um einen Freestyle-Wettbewerb auszutragen. Dabei erreichte ich, auch ein wenig zu meiner eigenen Überraschung, einen zweiten Platz in der U20-Kategorie. So endet für mich eine spannende und ereignisreiche Saison mit einem echten Highlight. Ich freue mich, auch in der kommenden Saison wieder für den Surf-Club Mainz bei Wettkämpfen an den Start zu gehen!

Sebastian

Was kriecht und flucht



Guten Tag, ich bin die Raupe vom Braunen Bär, auch *Arctia caja* genannt. Zu meinem Lebensraum gehören unter anderem Uferländer, Sand- und Kiesgruben. Also kein Wunder, dass mich meine Fotografin im Herbst gleich am ersten Parkplatz vorn an eurem See entdeckt hat. Wahrscheinlich war ich, nachdem ich im August aus meinem Ei schlüpfte, mit meinen stolzen 6cm Länge auf dem Weg, eine Stelle für die

kalte Jahreszeit zu suchen. Vorher habe ich mich mit allen möglichen Kräutern voll gefressen. In meinem geschützten Winterquartier werde ich mich im Frühling verpuppen und zwar in einem dichten, mit Haaren vermengten Gespinnst am Boden zwischen Stängeln. Wenn ich dann im Juli 2023 aus der Puppe komme, werde ich so aussehen:



Quelle: jpHAMon - Eigenes Werk, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=3612827>

Wir werden uns in meiner neuen Gestalt, aber wohl kaum begegnen. Ich bin nämlich nachtaktiv und werde trotz meiner Größe (Spannweite von um die 5cm) von den Menschen meistens gar nicht entdeckt. Schade, ich finde mich sehr ansehnlich und gelte als einer der schönsten Nachtfalter. 2021 war ich sogar Schmetterling des Jahres! Meine auffälligen Farben dienen dazu, Fressfeinde zu warnen und ihnen einen Schreck einzujagen, wenn ich plötzlich losfliege und meine Flügel entfalte - ein bisschen giftig bin ich auch. Leider fühle ich mich nachts von Lichtquellen magisch angezogen und viele meiner Artgenossen sterben, wenn sie dranfliegen. Dabei sind wir schon ziemlich wenige! Wir stehen zwar noch nicht auf der Roten Liste, aber schon im Vorwarnbereich.

Nett, dass ich mich vorstellen durfte. Wenn ich als Schmetterling im Juli 2023 meine Eier unter einem Blatt ablege und im August wieder Raupen schlüpfen, könnt ihr aber mal nach meinen Nachkommen Ausschau halten.

Heidi



Surfbent

REDUCE STRESS ON LAND -
INCREASE FUN ON WATER

DER PROTEKTOR FÜR DEIN BRETT

LEICHT ZU MONTIEREN

FREESTYLETAUGLICH



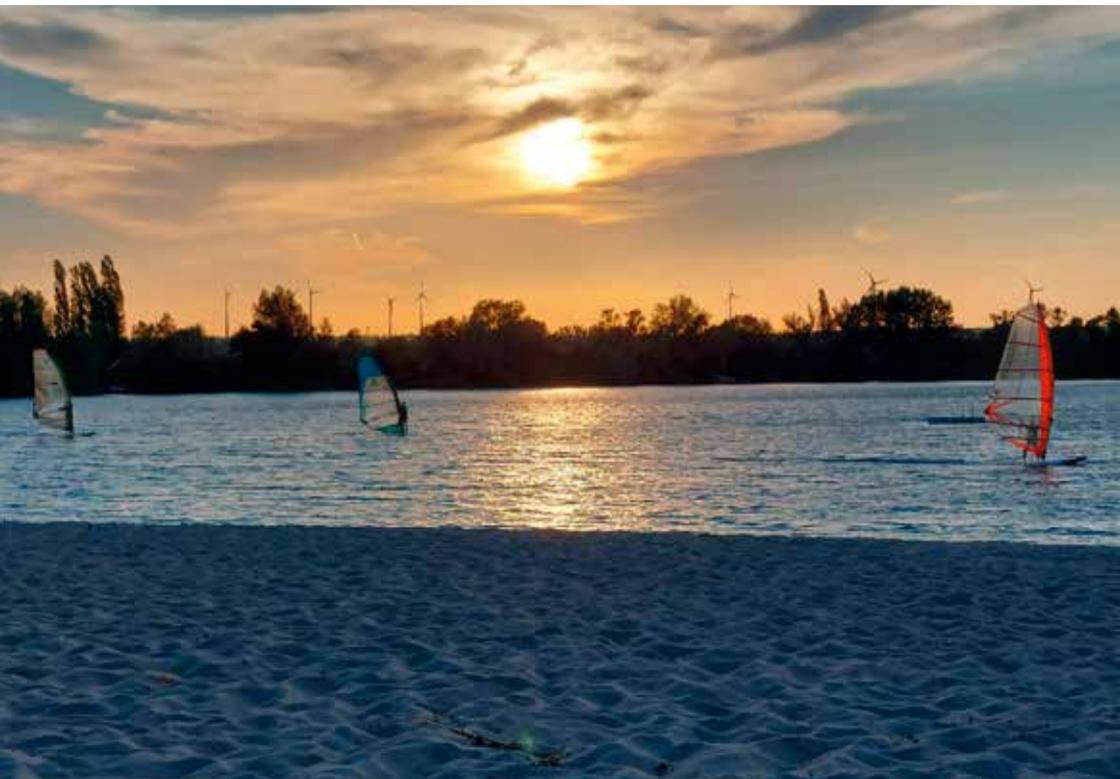
 www.surfbent.de

 [surfbent](https://www.facebook.com/surfbent)

 [surfbent.de](https://www.instagram.com/surfbent.de)



Impressionen eines schönen Surftages am Elisabethensee



Anfang & Ende der Surfsaison 2022 („alljährlich grüßt das Murmeltier“)

Frühling:

Ihr kennt das schon! In den Tagen vor dem ersten Mai erfolgt der große Aufruf, den See wieder für den Saisonstart herzurichten. Meistens gibt es auch eine erfreuliche Anzahl hilfsbereiter Mitglieder, die dem folgen und die ausgehängte To-do-Liste gemeinsam abarbeiten. Diesmal umso mehr aller Ehren wert, weil das Wetter nicht ganz mitspielte: Es nieselte so leise vor sich hin.

Strand, Boule-Bahn und Grillplatz vom Unkraut zu säubern, das ist die Hauptarbeit. Speziell das Ufer – es heißt wohl so, weil da Gewächse, die im Sommer stören könnten, besonders ausufern (aua)!



Die Kunstrasenfläche - zum sandfreieren Aufriggen (geniale Idee vom Vorjahr) - hat sich so bewährt, dass sie jetzt erweitert wird.

Segelständer, Toiletten, Container, alles kommt dran. Zuletzt die Leiter, raus aus dem Container, rangepaddelt an die Badeinsel, angehängt.

Herbst:

Zuerst die Leiter (siehe oben) von der Badeinsel abgehängt, rausgепaddelt ans Ufer, mit Hilfe eines netten Mitarbeiters der Firma Büttel dampfgestrahlt und so gut es ging



von Muscheln befreit, rein in den Container. Aufräumen, verstauen, Segelständer abbauen – dabei sinnieren wir über seine Funktionalität. Man kann die moderneren Segel nämlich gar nicht mehr, so wie früher, dort einhängen und zum Trocknen flattern lassen. Das Gerät, ein Eigenbau früher Jahre, ist eher zum Badezeugtrockner mutiert. Wie immer, ist der Helferandrang geringer. Es ist auch nicht ganz so viel zu tun, Wetter recht kühl, trübe, aber trocken.



Der Club gibt für Helfer/innen einen aus:

Das gilt für Vor- und Nachsaison, im Frühjahr diesmal etwas ungemütlich unterm Dach, Brötchen, Wurst, Getränke, aber zum Saisonabschluss kommt rechtzeitig die Sonne raus, passend zu Federweißem und Blechkuchen (Zwiebel und Streusel).

Am 22. April 2023 sehen wir uns wieder!

Heidi





WILDWECHSEL



**BIKE
RUNNING
SKI
SNOWBOARD
STREET
STYLE**

**Ski- / Snowboard- Verkauf,
Service & Verleih**

Wildwechsel
Bauhofstraße 11
55116 Mainz

Tel 06131.5707662
info@wildwechsel-mainz.de
www.wildwechsel-mainz.de

Mo. geschlossen
Di. Mi. Do. Fr. 10 - 18.30h
Sa. 10 - 16h

Jahresabschlussessen

Auch in diesem Jahr ließ es sich der Surfclub Mainz nicht nehmen, ein weihnachtliches Jahresabschlussessen zu organisieren. So traf man sich am 4. November 2022 erneut in der Pizzeria „Zum Siliusstein“ in Dienheim.

Viele sind der Einladung gerne gefolgt, um sich in der wetterbedingt etwas kontaktärmeren Winterzeit mit den Surffreunden zu treffen. Entsprechend gut und entspannt war die Stimmung, wozu das ein oder andere Gläschen Wein, vor allem aber auch das Personal der Pizzeria beitrug, das uns sehr freundlich mit leckerer italienischer Kost verwöhnte.

Bei einer solchen Gelegenheit darf der Dank an verdiente Vereinsmitglieder nicht fehlen. In erster Linie ist hier unser Vereinsvorsitzender, Michael Meckel, zu nennen, der unseren Verein seit deutlich mehr als zehn Jahren führt und auf dem damit der Hauptteil der zeitintensiven, organisatorischen Aufgaben lastet. Klaus Bail, unser Sportwart, engagiert sich ebenfalls seit Jahren nicht nur für die Breiten- und Wettkampfsport-Events des Vereins, sondern auch für Surfkurse und Freitagssurftraining während der Saison. Er ist unser Motor, was die Förderung des Surfsports betrifft und er opfert viel private Zeit dafür. Und wie viel weniger schön und gemütlich wäre es an unserem See ohne unsere Gewässerwarte, die beiden Tinos, die sich alljährlich den Belangen rund um unser Vereinsgewässer annehmen – nicht nur mit Rat, sondern vor allem mit Tat. Neben den übrigen Vorstandsmitgliedern sei hier auch unserer Jugendwartin, Hannah Manns, gedankt, die für ihre Bemühungen um die Aktivierung unserer Vereinsjugend durchaus noch mehr jugendliche Beteiligung verdient hätte.

Last not least ist es auch eine gute Tradition, unsere Wettkampfsportler am Ende der Saison zu ehren. Sebastian Bail, Julian Meckel, Hannah Manns, Andrej Oberreich und Felix Manns haben wieder eine erfolgreiche Saison hingelegt, wie im sportlichen Jahresrückblick nachzulesen ist. Die kleinen Präsente, die an diesem Abend überreicht wurden, sollen Ausdruck der Anerkennung für ihre sportlichen Leistungen sein.





Der Vorstand wünscht allen Surfclub-Mitgliedern ein gutes Jahr 2023 mit Gesundheit, Erfolg und Zufriedenheit.

Karl-Heinz

Nochmal WWW: WinterWunderWelt beim Glühweintreff am See

Den Coronaeinschränkungen fiel 2021 das Treffen auf dem Weihnachtsmarkt zum Opfer. Aber die Surfer sind mit der Alternativensuche findig dabei und so entstand die richtig gute Idee ersatzweise einen Glühweintreff am See mit viel frischer Luft und guten Abstandsmöglichkeiten zu machen. Nach gelungenem Einstand war der Surfer-Community 2021 sofort klar: Das hat Wiederholungspotential!

Am Sonntag, den 18. Dezember 2022 AUF EIN NEUES:

Zwar zweilangeleggingsundthermohosenkalt, pelzschuh-, daunenjacken- und pudelmützeneisig, aber wieder sooo schön! So schön, alle vor Weihnachten nochmal zu sehen, so schön den Glühwein- und Grillduft in der kalten Luft zu riechen und vor allem so schön, die raureif-verzauberte Landschaft zu genießen. Büsche, Zweige, Bäume waren mit Eiskristallen verziert und die Liedzeile „Still und starr ruht der See“ wurde Wirklichkeit.

Und so schön auch die kleine Rotkehlchen-Federkugel, die uns ständig, gar nicht schüchtern, umflog und umhüpfte, sich sogar die Füße wärmend auf die Grillsteine setzte. Natürlich streuten wir ein paar Krümel, allerdings nicht von Yvones leckeren Surfkeksen.

Die Runde um das Grillfeuer, wechselnd vorne heiß, hinten Eis, hinten heiß, vorne Eis, genoss das gemeinsame Event bis sie sich mit guten Wünschen für Weihnachtszeit und Neues Jahr langsam auflöste. Also bis nächstes Jahr dann!



Eure

Heidi



SCM-Shirts und -Hoodies

Die im letzten Jahr neugestalteten Vereinsshirts und -hoodies haben bisher einen regen Absatz gefunden. Bei Interesse könnt Ihr das T-Shirt für 27,- € und den Hoodie für 47,- € bei unserem Sportwart bestellen: sportwart@surfclub-mainz.de. Abholung in Mainz wird bevorzugt, ein Versand ist für 5,-EUR möglich.



Was gibt's Neues bei Euch?

Neue Anschrift? - Neue Bankdaten? - Neue E-Mail-Adresse?

Ab _____ habe(n) ich/wir folgende neue Anschrift / Bankverbindung / E-Mail

Adresse:

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ: _____

Ort: _____

E-Mail: _____

Telefon: _____

Datum: _____

Bankdaten:

Bitte neues SEPA-Mandat ausfüllen und zusenden.

(Donwload auf unserer Homepage)

Gerne auch per E-Mail an: michael.meckel@surfclub-mainz.de



Termine 2023

22.04.23	13 Uhr	Seereinigung
07.05.23		Jugendtreff am See
17.05. - 23.05.23		Clubfahrt nach Kamperland/NL
17.06. + 18.06.23	10 - 16 Uhr	1. Surfkurs
08.07. + 09.07.23	10 - 16 Uhr	2. Surfkurs
16.07.23	10:30 Uhr	Vereinsmeisterschaft / Vereinssee
16.07.23	14 Uhr	Sommerfest am See (Grillen ab 16 Uhr)
22.07. + 23.07.23	10 - 16 Uhr	3. Surfkurs
Termin steht noch aus	10 - 16 Uhr	4. Surfkurs (bitte beim Sportwart vormerken lassen)
Termin steht noch aus	10 - 16 Uhr	5. Surfkurs (bitte beim Sportwart vormerken lassen)
10.09.23	11 Uhr	Volleyball-Turnier am See
24.09.23	10:30 Uhr	Vereinsmeisterschaft (Ersatztermin)
07.10.23	14 Uhr	Absurfen bei Federweißer + Zwiebelkuchen
17.11.22	18:30 Uhr	Jahresabschlussessen

Mai bis September je nach Wetter und Wind
Freitags, 16 Uhr: Surftraining am See für Ein- und Aufsteiger

Montags von 18:30 - 19:30 Uhr:
Gymnastik in der Sporthalle der Peter-Jordan-Schule,
Gleisbergweg 48, 55122 Mainz
(Während der Ferien kann die Halle geschlossen sein. Bitte vorher anfragen!)

Änderungen möglich

